Gesunde Lebensweise

Auszeichnung für Jugendzentren

Für ihr Engagement, jungen Menschen Gesundheitskompetenz zu vermitteln, erhielten vier Kärntner Jugendzentren ein Zertifikat vom Gesundheitsminister.

Anzeige

Wie bringt man Jugendlichen einen gesunden Lebensstil bei? Natürlich gehören Wissensvermittlung, Kochworkshops und sportliche Aktivitäten in freier Natur dazu. Aber viel wirkungsvoller ist es, ihnen

gesundheitskompetentes Handeln vorzuleben. Wenn das zu Hause nicht gelingt, können zum Beispiel Einrichtungen der offenen Jugendarbeit etwas bewegen. In Kärnten erhielten vier Vereine und Organisationen ein Zertifikat für „Gesundheitskompetente offene Jugendarbeit“: Der „Youth Point Don Bosco Siebenhügel“ erhielt sie bereits zum zweiten Mal, neu ausgezeichnet wurden der „Youth Point St. Ruprecht“ in Klagenfurt, „EqualiZ“ in Klagenfurt und „JUSE“ in Spittal.

Jugendarbeiter sind Vorbilder

Außerschulische Jugendeinrichtungen wie diese bieten nicht nur frei zugängliche Freizeit- und Bildungsangebote für junge Menschen. „Die Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeiter sind wichtige, außerfamiliäre Bezugspersonen. Sie bauen vertrauensvolle Beziehungen auf und stehen als Vorbilder zur Verfügung“, sagt Margit Granig vom „NETZ:werk offene Jugendarbeit“. Wenn Mädchen und Burschen Fragen zu bestimmten Themen haben, ist es nicht immer zielführend, wenn sie sich im Internet informieren. In den Jugendzentren finden sie kompetente und verantwortungsbewusste Ansprechpersonen.

Besser reden als googeln

Jugendzentrumsleiterin Silvia Vrzak sieht ihren „Youth Point Don Bosco Siebenhügel“ als frei zugängliche Informationsdrehscheibe für Jugendliche aller Altersgruppen: „Wir leisten Aufklärungsarbeit für Themen, die sie sonst googeln würden. In Bezug auf

Gesundheit veranstalten wir Quiz-Nachmittage, wir bieten sexualpädagogische Workshops, wir haben einen Kräutergarten angelegt, wir kochen gemeinsam und bringen den Mädchen und Burschen bei, dass man auch aus schrumpeligen Äpfeln noch ein gutes Apfelmus zubereiten kann."

Anzeige

Österreichweit wurden im Bundeskanzleramt 13 Einrichtungen für ihre gesundheitskompetente offene Jugendarbeit ausgezeichnet.

© BKA/Melicharek

Rundum gesund

Für das Vorzeigeprojekt „Ich gönn' mir was" wurde der Youth Point im Jahr 2019 mit dem Gesundheitspreis der Stadt

Klagenfurt ausgezeichnet. Vrzak: „Es ging darum, die jungen Menschen in ihrer Selbstwahrnehmung zu sensibilisieren. Damit sie Anzeichen von Überforderung rechtzeitig erkennen und lernen, ihre individuellen Grenzen zu wahren und dafür einzustehen.“ Gesundheit hat nicht nur mit körperlichem, sondern auch mit psychischem Wohlbefinden zu tun. Und mit umweltbewusstem und nachhaltigem Handeln.

Jugend willkommen!

Kärntenweit gibt es 34 Jugendzentren und Jugendtreffs. Vier davon sind als gesundheitskompetente Einrichtung zertifiziert. Weitere befinden sich gerade im Prozess, um diese Auszeichnung zu erhalten. In den Jugendzentren sind alle jungen Menschen jederzeit willkommen.

Online-Tipps

- **Website:** www.netzwerk-ojakaernten.at
- **Instagram:** www.instagram.com/netzwerk_oja_kaernten

04.12.2022 15:12